

# SEMINAIRE DE PREPARATION ET D'INFORMATION A LA RETRAITE - AUTOMNE 2019

| Dates – Lieu – Horaire  | 1 <sup>ère</sup> PARTIE  | 2 <sup>ème</sup> PARTIE  |
|---|--|--|
| <b>Jeudi 19 septembre 2019</b><br>Centre de l'Espérance<br><b>De 09h00 à 15h00 environ</b>    | Bien utiliser son portefeuille d'assurances<br>La retraite: une nouvelle carrière<br><b>Repas en commun</b><br>Médecine préventive vieillir en liberté                               |  |
| <b>Mercredi 26 septembre 2019</b><br>Centre de l'Espérance<br><b>De 08h30 à 15h00 environ</b> |  | Le maintien de la forme physique par le sport<br>Le point sur les assurances maladie<br><b>Repas en commun</b><br>Prévention aux vols et agressions diverses |
| <b>Jeudi 3 octobre 2019</b><br>Centre de l'Espérance<br><b>De 09h00 à 15h00 environ</b>       | Droit matrimonial et successions<br>Alimentation et santé au quotidien<br><b>Repas en commun</b><br>Genève: ses activités - volontariat  |  |
| <b>Jeudi 10 octobre 2019</b><br>Centre de l'Espérance<br><b>De 09h00 à 15h00 environ</b>      |  | Le sommeil – Le réseautage<br><b>Repas en commun</b><br>La mémoire   |
| <b>Jeudi 17 octobre 2019</b><br>Centre de l'Espérance<br><b>De 08h30 à 15h00 environ</b>      | <b>A 08h30</b> A.V.S – fiscalité – prévoyance<br>Analyse des préoccupations économiques<br><b>Attention: pas de repas en commun</b><br><b>A 13h30:</b> vivre en France à la retraite |  |
| <b>Jeudi 31 octobre 2019</b><br>Centre de l'Espérance<br><b>De 09h00 à 14h00 environ</b>      |  | Présentation UNI 3<br>Loisirs – activités – projets de vie<br><b>Apéritif – Repas de clôture</b>   |
| ATELIERS  | SUJETS   | LIEU   |
| <b>Mardi 1er oct. 2019 de 14h00 à 15h30 env.</b>  | La marche évolutive du 3 <sup>ème</sup> âge de nos aînés   | Centre de l'Espérance  |
| <b>Mardi 1er oct. 2019 de 16h00 à 17h30 env.</b>  | Entraînons notre mémoire: tests + jeux   |  |
| <b>Mardi 15 oct. 2019 de 14h00 à 15h30 env.</b>   | Préparer la retraite en couple   | Centre de l'Espérance  |
| <b>Mardi 15 oct. 2019 de 16h00 à 17h30 env.</b>   | Bien structurer son patrimoine à la retraite   |  |